

**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN
TEKNIK *SELF-INSTRUCTION* TERHADAP PENINGKATAN
MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK KELAS VIII
SMP N 1 JATI AGUNG**

SKRIPSI

**Diajukan untuk Melengkapi Tugas dan Memenuhi Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) dalam Ilmu
Tarbiyah dan Keguruan**



**Skripsi
DUWI HARYANI
NPM: 1611080327**

Jurusan: Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
1442 H / 2021 M**

**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN
TEKNIK *SELF-INSTRUCTION* TERHADAP PENINGKATAN
MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK KELAS VIII
SMP N 1 JATI AGUNG**

SKRIPSI

**Diajukan untuk Melengkapi Tugas dan Memenuhi Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) dalam Ilmu
Tarbiyah dan Keguruan**

Oleh

DUWI HARYANI

1611080327

Program Studi: Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Pembimbing I: DR. HJ RIFDA EL FIAH, M.Pd

Pembimbing II: BUSMAYARIL, S.Ag, M.ED



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERIRADEN INTAN LAMPUNG
1442 H / 2021 M**

ABSTRAK

PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *SELF-INSTRUCTION* TERHADAP PENINGKATAN MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP N 1 JATI AGUNG

**Oleh:
DUWI HARYANI**

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh adanya peserta didik yang memiliki motivasi rendah dalam proses belajar. Motivasi rendah yang terjadi sangat tinggi yaitu dikelas VIII F SMP N 1 Jati Agung Lampung Selatan. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *self-intruction* terhadap peningkatan motivasi belajar. Identifikasi dalam penelitian ini yaitu: Terdapat 10 peserta didik memiliki motivasi rendah, terdapat peserta didik dengan semangat belajar yang rendah, adanya pelaksanaan konseling kelompok di kelas, khususnya di kelas VIII SMP N 1 Jati Agung Lampung Selatan oleh guru BK namun belum efektif. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik *Self-Instruction* Terhadap Peningkatan Motivasi Belajar peserta didik Kelas VIII SMP Negeri 1 Jati Agung Tahun Ajaran 2020/2021. Jenis penelitiannya adalah kuantitatif *Pre-eksperimen* dengan desain penelitian *One-group Pretest-posttest Design*. Sampel pada penelitian ini adalah 10 peserta didik kelas VIII SMP N 1 Jati Agung Lampung Selatan yang memiliki latar belakang motivasi rendah. Hasil yang didapat dari skor angket motivasi belajar. Teknik pengumpulan data yaitu dengan observasi, wawancara, angket dan dokumentasi. Berdasarkan hasil analisis data penelitian dengan membandingkan hasil pre-test 619 dan hasil *post-test* 1.188, atau mean *pre-test* diperoleh sebesar 61,9 dan mean *post-test* diperoleh sebesar 118,8 maka dapat dinyatakan bahwa motivasi belajar mengalami peningkatan secara signifikan. Selain itu dilakukan uji hipotesis menggunakan uji *Wilcoxon* dan diperoleh harga z hitung $= -2,805$ kemudian dibandingkan dengan z tabel $0,05 = 1,96$ dengan

ketentuan z hitung lebih besar dari z tabel ($-2,803 \geq 1,96$), maka H_a diterima dan H_0 ditolak.

Kata kunci: *Self-Intruction*, motivasi belajar





**KEMENTERIAN AGAMA
UIN RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

Alamat : Jl. Letkol. H. Endro Suratmin, Sukarame, Banda Lampung (0721) 703260

PERSETUJUAN

**Judul Skripsi : PENGARUH LAYANAN KONSELING
KELOMPOK DENGAN TEKNIK SELF-
INSTRUCTION TERHADAP PENINGKATAN
MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK KELAS
VIII SMP N 1 JATI AGUNG**

**Nama : Duwi Haryani
NPM : 1611080327
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan**

MENYETUJUI

**Untuk dimunaqosyahkan dan dapat dipertahankan dalam sidang
munaqosyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
UIN Raden Intan Lampung**

Pembimbing I

Pembimbing II

**Dr. Hj. Rifda El Fiah, M.Pd
NIP. 196706221994032002**

**Busmavaril S.Ag., M.Ed
NIP. 197508102009011013**

Mengetahui

Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

**Dr. Hj. Rifda El Fiah, M.Pd
NIP. 196706221994032002**



**KEMENTERIAN AGAMA
UIN RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

Alamat : Jl. Letkol. H. Endro Suratmin, Sukarame, Banda Lampung (0721) 703260

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul : PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK SELF-INSTRUCTION TERHADAP PENINGKATAN MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP N 1 JATI AGUNG. Disusun oleh Duwi Haryani NPM: 1611080327, Jurusan: Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam. Telah dimunaqosyahkan pada Hari/Tanggal: Kamis/03 Juni 2021

TIM MUNAQOSYAH

Ketua

: Dr. Safari Daud, S.Ag., M.Sos.I

Sekretaris

: Mega Aria Monica, M.Pd

Penguji Utama

: Dr. Laila Maharani, M.Pd.

Penguji Pendamping I : Dr. Hj. Rifda El Fiah, M.Pd

Penguji Pendamping II : Busmayaril, S.Ag., M.Ed

Mengetahui,

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan

Prof. Dr. H. Nirva Diana, M.Pd

NIP. 196408281988032002

MOTTO

وَجَعَلْنَا مِنْهُمْ أَئِمَّةً يَهْدُونَ بِأَمْرِنَا لَمَّا صَبَرُوا وَكَانُوا بِآيَاتِنَا يُوقِنُونَ ﴿٢٤﴾

*Artinya: Dan Kami jadikan di antara mereka itu pemimpin-pemimpin yang memberi petunjuk dengan perintah Kami ketika mereka sabar. Dan adalah mereka meyakini ayat-ayat Kami.(QS:As-Sajdah:24)*¹



¹ Al-quran terjemah surah: As-Sajdah:24



PERSEMBAHAN

Dengan rasa syukur yang ku panjatkan kepada Allah SWT, kupersembahkan untuk orang-orang yang ku sayang, orang-orang mencintai dan memberikan makna dari semua perjuangan hidupku terutama teruntuk:

1. Ayahanda dan Ibu tercinta yaitu bapak Mujiyo dan mamak Hariyati, yang telah membesarkanku, memberikan kasih sayang serta dukungan, serta selalu memberikan bimbingan dan motivasi dan selalu mendoakanku disetiap sujud sholat tak lupa pula selalu mendoakan yang terbaik untuk keberhasilan anak-anaknya.
2. Kakak dan adik-adikku (Sulung Haryanto, Siti Munawaroh, Aida Nur Fadillah) ~~terimakasih~~ untuk motivasi dan dukungan moral sehingga dapat menyelesaikan penelitian ini.
3. Untuk Egi Nugraha S.Pd orang yang ku sayang, selalu memberi dukungan dan selalu memotivasiku selama ini dan yang selalu menemani ku saat aku down dan tidak pernah selalu berusaha memberi dukungan.
4. Ponakan kesayanganku (Syabil Saputra)
5. Teman-teman Jurusan Bimbingan Konseling Angkatan 2016 dan teman-teman KKN, PPL yang saling memberi semangat dalam proses penyelesaian skripsi ini.
6. Almamaterku (UIN Raden Intan Lampung)

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama lengkap Duwi Haryani, dan biasa dipanggil Duwi. Lahir di tanjung laut, lampung selatan pada tanggal 05 Juli 1997 yang merupakan putri nomer 2 dari 4 bersaudara yang terlahir Pasangan Bapak Mujiyo dan ibu Haryati.

Peneliti menyelesaikan pendidikan Sekolah Dasar Negeri 3 Karang Anyar Kecamatan Jati Agung pada tahun 2010, kemudian tahun yang sama Peneliti melanjutkan studi di SMP Negeri 20 Bandar lampung pada tahun 2010, setelah itu melanjutkan pendidikan di SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung dan selesai pada tahun 2016.

Kemudian peneliti melanjutkan keperguruan tinggi pada tahun 2016 dan Peneliti diterima sebagai Mahasiswa IAIN Raden Intan Lampung yang sekarang telah berganti menjadi UIN Raden Intan Lampung pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam sampai sekarang.

Pada tahun 2019, Peneliti melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Kecamatan Pulau Panggung Kelurahan/Pekon Srimenganten, Selama kurang lebih 40 hari, kemudian pada tahun yang sama penulis juga melaksanakan praktik mengajar melalui Program Pengalaman Lapangan (PPL) di Madrasah Ibtidaiyah Masyarikul Anwar.

Selama Peneliti menjalankan pendidikan di UIN Raden Intan Lampung, ini banyak kegiatan yang peneliti ikuti salah satunya sering mengikuti seminar-seminar dalam ilmu bimbingan konseling dan ilmu pengetahuan lainnya.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil a'lamين Puji Syukur atas kehadiran Allah SWT, Segala puji bagi-Nya yang senantiasa melimpahkan rahmat dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini. Sholawat teriring salam selalu tercurah kepada baginda Nabi besar Muhammad SAW, yang dinanti-nantikan syafaatnya di yaumul akhir.

Penyusunan Skripsi ini yang berjudul “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik *self-intruction* untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas VIII SMP N 1 Jati Agung” merupakan salah satu syarat untuk mendapat gelar sarjana pendidikan (S.Pd) pada program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.

Dalam menyelesaikan skripsi ini penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan, dorongan serta dukungan dari berbagai pihak. Maka pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Prof Dr. Hj Nirva Diana, M.Pd Selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
2. Dr. Hj Rifda El Fiah, M.Pd selaku Ketua Jurusan Bimbingan Konseling dan Pendidikan Islam dan Rahma Diani, M.Pd selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan Konseling dan Pendidikan Islam.
3. Dr. Hj Rifda El Fiah, M.Pd selaku pembimbing 1 terimakasih sudah berkenan membimbing dan mengarahkan dalam penulisan skripsi.
4. Busmayaril, S.Ag, M.Ed. Selaku pembimbing 2 terimakasih sudah berkenan membimbing dan mengarahkan dalam penulisan skripsi.
5. Seluruh Dosen Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam. Terimakasih atas bimbingan dan arahan serta ilmu yang telah diberikan selama ini.
6. Dra. Rd. Emi Sulasmi, M. Pd selaku kepala sekolah SMP N 1 Jati Agung Lampung Selatan.

7. Dra. Linarti Dwi Astuti selaku guru bimbingan dan konseling SMP N 1 Jati Agung Lampung Selatan yang telah bersedia membimbing dan memberikan arahan saat melakukan penelitian dan bersedia memberikan informasi tentang peserta didiknya.
8. Siswa SMP N 1 Jati Agung terutama kelas VIII F yang telah bersedia menjadi sampel penelitian dan mengikuti semua proses treatment yang telah diberikan.
9. Untuk teman yang selalu membantu dan memberikan dukungan (Eti Kristina, Elisa putri, Melfa Yora, Resa Agustin)
10. Teman-teman jurusan Bimbingan dan Konseling (BKPI 16 Kelas F) yang selalu membantu dan memberi dukungan dalam pengerjaan skripsi. Semoga bantuan yang diberikan dengan ikhlas bisa menjadi amal ibadah buat kita semua.

Semoga skripsi ini bisa memenuhi syarat dalam menyelesaikan pendidikan S1 dalam Ilmu Pendidikan Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung, serta bermanfaat bagi pembaca dan khasanah ilmu pengetahuan.

DAFTAR ISI

| | |
|---|-------------|
| HALAMAN JUDUL | i |
| ABSTRAK | ii |
| PERSETUJUAN | iv |
| PENGESAHAN | v |
| MOTTO | vi |
| PERSEMBAHAN | vii |
| RIWAYAT HIDUP | viii |
| KATA PENGANTAR | ix |
| DAFTAR ISI | xi |
| DAFTAR TABEL | xiii |
| DAFTAR GAMBAR | xiv |
| DAFTARLAMPIRAN | xv |
| BAB I PENDAHULUAN | xvi |
| A. Penegasan Judul | 1 |
| B. Alasan Memilih judul | 3 |
| C. Latar Belakang Masalah | 4 |
| D. Identifikasi dan Batasan Masalah | 14 |
| E. Rumusan Masalah | 14 |
| F. Tujuan Penelitian | 14 |
| G. Manfaat Penelitian | 15 |
| H. Kajian Penelitian Yang Relevan | 15 |
| I. Ruang Lingkup Penelitian | 19 |
| J. Sistematika Penulisan | 19 |

BAB II LANDASAN TEORI

| | |
|--|----|
| A. Konseling Kelompok | 21 |
| 1. Pengertian Konseling Kelompok | 21 |
| 2. Fungsi Layanan Konseling Kelompok | 22 |
| 3. Tujuan Layanan Konseling Kelompok | 23 |
| 4. Asas –Asas Yang Digunakan Dalam Konseling Kelompok | 23 |
| 5. Proses Pelaksanaan Konseling Kelompok | 24 |
| 6. Tahap-Tahap Konseling Kelompok | 26 |
| 7. Kegiatan Dalam Konseling Kelompok | 27 |

| | |
|---|----|
| 8. Materi Dalam Konseling Kelompok..... | 28 |
| 9. Kelemahan Dan Kelebihan Konseling..... | 29 |
| B. Teknik <i>Self-Instruction</i> | 30 |
| 1. Pengertian <i>Self-Instruction</i> | 30 |
| 2. Penerapan Teknik <i>Self-Instruction</i> | 31 |
| C. Motivasi Belajar..... | 37 |
| 1. Pengertian Motivasi Belajar..... | 37 |
| 2. Fungsi Motivasi Belajar | 41 |
| 3. Macam-Macam Motivasi..... | 41 |
| 4. Kendala Yang Menghambat Motivasi Belajar..... | 42 |
| 5. Cara Meningkatkan Motivasi Belajar | 43 |
| D. Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik <i>Self-Instruction</i> Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik | 45 |
| E. Kerangka Berfikir | 46 |
| F. Hipotesis Penelitian | 47 |

BAB III (DESKRIPSI OBJEK PENELITIAN)

| | |
|----------------------------------|----|
| A. Metode Penelitian..... | 49 |
| B. Jenis Penelitian..... | 49 |
| C. Desain Penelitian | 49 |
| D. Tempat Dan Waktu | 50 |
| E. Definisi Operasional | 50 |
| F. Populasi Dan Sempel | 52 |
| 1. Populasi | 52 |
| 2. Sampel | 53 |
| 3. Teknik Sampling..... | 53 |
| G. Teknik Pengumpulan Data..... | 53 |
| 1. Observasi | 53 |
| 2. Wawancara | 54 |
| 3. Angket..... | 55 |
| H. Instrumen Penelitian | 56 |
| 1. Uji Validitas | 57 |
| 2. Uji <i>Relibilitas</i> | 58 |
| I. Analisis Data..... | 58 |
| J. Teknik Pengelolaan Data | 60 |

| | |
|-----------------------------|----|
| K. Variabel Penelitian..... | 61 |
|-----------------------------|----|

BAB IV (ANALISIS PENELITIAN)

| | |
|--|----|
| A. Deskripsi Hasil Data Penelitian | 63 |
| 1. Data Deskripsi <i>Pre-Test</i> | 63 |
| 2. Pelaksanaan Penelitian | 64 |
| 3. Data Deskripsi <i>Post-Test</i> | 71 |
| B. Pembahasan | 77 |

BAB V (PENUTUP)

| | |
|---------------------|----|
| A. Kesimpulan | 81 |
| B. Saran | 82 |

DAFTAR PUSTAKA **LAMPIRAN**



DAFTAR TABEL

Tabel 1 Gambaran Awal Motivasi Belajar Peserta Didik
Kelas VIII SMP 1 Jati Agung

Tabel 2 Definisi Operasional

Tabel 3 Populasi Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 1 Jati
Agung

Tabel 4 Kriteria Peng-skoran Instrumen Motivasi Belajar

Tabel 5 Kriteria Gambaran Umum Variabel

Tabel 6 Hasil *Pre-test*

Tabel 7 Hasil *Post –test*

Tabel 8 Hasil *Pre test-Post test* Kelompok Eksperimen

Tabel 9 Uji *Wilcoxon*

Tabel 10 Perbandingan *Pre-Test* Dengan *Post-Test*



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Layanan Kelompok Dengan Teknik *Self-Instruction*
Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik

GAMBAR 2 Pola *One Group Pretest-Posttest Design*

Gambar 3 Kurva Kelompok Eksperiment



BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan judul

Dalam sebuah karya ilmiah, Penelitian yang berjudul “Pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* terhadap peningkatan motivasi belajar” ini penulis perlu menjabarkan mengenai penjelasan istilah-istilah judul tersebut agar dapat memahami topik bahas dan tidak terjadi kesalah pahaman dalam judul yang terkandung , maka perlu dijelaskan secara singkat tentang istilah-istilah yang terdapat dalam judul skripsi ini. Skripsi ini berjudul : “Pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* terhadap peningkatan motivasi belajar”. Adapun istilah-istilah yang perlu dijelaskan adalah sebagai berikut:

Self instruction adalah cara untuk individu mengajarkan pada diri mereka sendiri bagaimana menangani secara efektif terhadap situasi yang sulit bagi diri mereka sendiri. Jadi, teknik *self instruction* ini akan membantu siswa mengontrol segala perilaku dan pemikiran-pemikiran kognitifnya yang mengarah ke arah negatif dimana dapat menyebabkan kurangnya motivasi belajar pada peserta didik.²

Self instruction dapat diberikan pada siswa yang mempunyai tingkat motivasi belajar pada anak yang sulit memahami mata pelajaran dan butuh dukungan dari guru dan dorongan orang tua saat belajar di rumah dan di sekolah.

Motivasi adalah proses internal yang mengaktifkan, menuntun, dan mempertahankan perilaku dari waktu ke waktu. Ada banyak jenis, intensitas, tujuan, dan arah motivasi yang berbeda-beda. Motivasi untuk belajar sangat berperan penting bagi siswa dan guru. Pembelajaran mandiri, merujuk pada pembelajaran yang berasal dari pemikiran dan perilaku yang dihasilkan sendiri oleh siswa

² <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/3311/6001>

yang secara sistematis diarahkan kesasaran pembelajaran mereka.

Menurut Slavina Motivasi intrinsik siswa pada umumnya menurun dari sekolah dasar tahun-tahun pertama hingga sekolah menengah. Karena alasan ini sekolah menerapkan berbagai insentif ekstrinsik (*extrinsic incentive*), yaitu imbalan untuk pembelajaran yang tidak melekat dalam bahan yang sedang dipelajari. Imbalan ekstrinsik dapat berkisar dari pujian, nilai, penghargaan, hingga hadiah atau imbalan lain.

Fenomena motivasi intrinsik mencerminkan kecenderungan utama manusia untuk terlibat dalam kegiatan yang menarik perhatian mereka untuk belajar, mengembangkan dan memperluas kapasitas mereka.

Motivasi intrinsik yang terkandung setiap kali orang berperilaku untuk kepuasan yang melekat dalam perilaku itu sendiri (Sansone, Harackiewicz, 2000:16). Pendapat diatas guru seharusnya mencoba membuat segala sesuatu yang mereka ajarkan sedapat mungkin menarik secara insruinsik dan seharusnya menghindari membagikan imbalan material kalau hal itu tidak perlu, tetapi guru seharusnya tidak merasa enggan menggunakan imbalan ekstrinsik apabila hal itu diperlukan.

Para ahli psikologi mendefinisikan motivasi sebagai proses internal yang mengaktifkan, menuntun, dan mempertahankan perilaku dari waktu ke waktu. Dalam bahasa sederhana, motivasi adalah sesuatu yang menyebabkan anda berjalan, membuat anda tetap berjalan, dan menentukan ke mana anda berusaha berjalan dikatan oleh Slavia.

Menurut American Heritage Dictionary , belajar adalah proses untuk mendapatkan pengetahuan, pemahaman atau penguasaan melalui pengalaman atau studi (Hergenhahn and Olson, 2008 : 2). Jika belajar adalah proses

mendapatkan pengetahuan maka siswa semestinya didorong untuk aktif mengkonstruksi pengetahuan yang akan didupatkannya dan mencoba menemukan berbagai jawaban dari permasalahan yang ditemuinya. Sementara guru berperan sebagai fasilitator dan motivator dalam pembelajaran. lewat peran tersebut maka guru mestinya aktif mengembangkan konsep dan metode pembelajaran yang interaktif dan bermakna bagi siswa.³

B. Alasan memilih judul

1. Alasan Subjektif

Permasalahan yang dibahas dalam penelitian ini adalah merupakan suatu praktek Bimbingan dan Konseling Pendidikan islam yang berkembang dan tumbuh di lingkungan pendidikan dan masyarakat. Disamping itu karena kurangnya motivasi belajar anak di lingkungan sekolah maka perlu diberikan layanan konseling kelompok ataupun pemberian motivasi belajar oleh guru mata pelajaran dan wali kelas dengan didampingi pengawasan oleh guru BK.

2. Alasan objektif

Judul ini cukup menarik untuk diteliti bagi penulis karena judul yang dipilih merukan salah satu kendala yang sering terjadi di sekolah. Disamping itu, judul ini sesuai dengan spesialisasi keilmuan penulis yaitu pada jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam mengenai pentingnya meningkatkan motivasi belajar anak.

³ <https://journal.uny.ac.id/index.php/jpv/article/view/1034/835>

C. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan proses pengembangan kemampuan, sikap dan tingkah laku dalam masyarakat tempat mereka hidup, Menurut *Webster's New World Dictionary* pendidikan adalah proses pelatihan dan pengembangan pengetahuan, keterampilan, pikiran, karakter, dan seterusnya, Proses pendidikan pada hakikatnya memberikan bekal pengetahuan dan keterampilan peserta didik dalam keperluan untuk hidup di dunia, oleh karena itu peserta didik juga diajarkan nilai-nilai akhlak, membina hati dan rohani sehingga melahirkan generasi penerus (*output*) yang memiliki kepribadian utuh (*integrated personality*) sehingga dapat memakmurkan dan memuliakan kehidupan material dan spiritual, keluarga dan masyarakat yang berdasarkan pada nilai-nilai.

Pendidikan merupakan indikator utama pembangunan kualitas sumber daya manusia satu bangsa. Salah satu faktor utama keberhasilan pembangunan di suatu negara adalah tersedianya cukup sumber daya manusia yang berkualitas. Untuk mewujudkan fungsi dan tujuan pendidikan nasional berdasarkan pancasila dan UUD RI 1945, di perlukan otonomi dalam pengolahan pendidikan formal, dengan menerapkan manajemen berbasis Sekolah atau Madrasah pada pendidikan dasar dan menengah, serta otonomi Perguruan Tinggi pada pendidikan tinggi (UUD No 9 Tahun 2009, amandemen UUD 1945).⁴

“Tujuan pendidikan secara umum adalah mewujudkan perubahan positif yang diharapkan ada pada peserta didik setelah menjalani proses pendidikan, baik perubahan pada tingkah laku individu dan kehidupan pribadinya maupun pada

⁴ Saputro, Anip Dwi „*Implemtasi Manajemen Mutu Terpadu Di Sekolah/Madrasah*” ALIDARAH:Jurnal Kependidikan Islam 5.2 (2015).

kehidupan masyarakat dan alam sekitarnya dimana subjek pendidikan menjalani kehidupan⁵

Pendidikan menjadi investasi yang memberi keuntungan sosial dan pribadi yang menjadikan bangsa bermartabat dan menjadikan sumber daya manusianya menjadi yang memiliki derajat. Seperti di jelaskan dalam Al-Qur'an Surah Al- Mujadilah Ayat 11:

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءٰمَنُوْا اِذَا قِيْلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوْا فِى الْمَجٰلِسِ فَلَفَسَحُوْا
يَفْسَحِ اللّٰهُ لَكُمْ ۖ وَاِذَا قِيْلَ اَنْشُرُوْا فَاَنْشُرُوْا يَرْفَعِ اللّٰهُ الَّذِيْنَ ءٰمَنُوْا
مِنْكُمْ وَالَّذِيْنَ اُوتُوْا الْعِلْمَ دَرَجٰتٍ ۚ وَاللّٰهُ بِمَا تَعْمَلُوْنَ خَبِيْرٌ ﴿١١﴾

*"Hai orang-orang beriman apabila kamu dikatakan kepadamu: "Berlapang-lapanglah dalam majlis", Maka lapangkanlah niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. dan apabila dikatakan: "Berdirilah kamu", Maka berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. dan Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan"*⁶ (Q.S. Al Mujadilah [58]: 11)

Dari ayat di atas dijelaskan bahwa Allah SWT akan meninggikan derajat setiap orang yang beriman niscaya Allah akan berikan ilmu pengetahuan, bila diimplementasikan di dunia pendidikan yang mana pendidikan adalah proses pelatihan, mengkaji dan melakukan pengembangan pengetahuan dan keterampilan untuk hidup di dunia untuk mencapai apa yang telah diharapkan atau dicita-citakan.

⁵ Moh Roqib, (2009), *Ilmu Pendidikan Islam*, Yogyakarta: PT. LkiS Yogyakarta, Hal 25 Peplau,

⁶ Al-Quran dan terjemah surat *Al Mujadilah* [58]: 11

Adapun beberapa hal yang dapat merubah keinginan ataupun harapan hidup yang lebih baik untuk kemajuan ataupun memotivasi diri yaitu dengan pola pikir manusia itu sendiri bagaimana caranya dia merubah kehidupanya.

Sebagaimana dijelaskan dalam Al-Qur'an surat Ar-Ra'd ayat 11 yang berbunyi:

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ

*“Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan suatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri.(Q.s. Ar-Ra'd : 11)”*⁷

Dari ayat di atas dapat disimpulkan bahwa keadaan suatu kaum, kelompok, individu tidak akan berubah kecuali kaum, kelompok, individu itu sendiri yang berusaha mengubahnya. Seseorang yang belajar dengan motivasi yang kuat dapat melaksanakan semua kegiatan belajarnya dengan sungguh-sungguh dan penuh gairah. Sebaliknya seseorang yang belajar dengan motivasi rendah, akan malas bahkan tidak mau mengerjakan tugas-tugas yang berhubungan dengan pelajaran. Oleh karena itu, motivasi belajar perlu diusahakan terutama yang berada didalam diri dengan cara senantiasa memikirkan masa depan yang penuh tantangan dan harus dihadapi untuk mencapai cita-cita, dan selalu optimis bahwa cita-cita dapat dicapai dengan melalui belajar.

Belajar merupakan pengalaman yang diperoleh individu melalui interaksi dengan lingkungan. Belajar sangat dibutuhkan terutama bagi seorang anak karena melalui belajar anak memperoleh pengetahuan mengenai apa yang dipelajari. Pengetahuan yang diperoleh akan bermanfaat untuk diterapkan dalam perkembangan kehidupan anak.

⁷ Al-Qur'an Terjemah Surat Ar-Ra'd Ayat 11

Motivasi merupakan salah satu faktor penunjang dalam menentukan intensitas usaha untuk belajar dan juga dapat dipandang sebagai suatu usaha yang membawa peserta didik ke arah pengalaman belajar, sehingga dapat menimbulkan tenaga dan aktivitas peserta didik serta memusatkan perhatian peserta didik pada suatu waktu tertentu untuk mencapai suatu tujuan⁸

Menurut Dimiyati dan Mujiono, motivasi adalah sebagai dorongan mental yang menggerakkan dan mengarahkan perilaku manusia, termasuk perilaku belajar. Dalam motivasi terkandung adanya keinginan yang mengartikan, menggerakkan,⁹ menyalurkan, dan mengarahkan sikap dan perilaku individu belajar

Motivasi belajar merupakan sesuatu keadaan yang terdapat pada diri seseorang individu dimana ada suatu dorongan untuk melakukan sesuatu guna mencapai tujuan. Menurut Mc Donald dalam Kompri (2016:229) motivasi adalah suatu perubahan energi di dalam pribadi seseorang yang ditandai dengan timbulnya afektif (perasaan) dan reaksi untuk mencapai tujuan. Dengan demikian munculnya motivasi ditandai dengan adanya perubahan energi dalam diri seseorang yang dapat disadari atau tidak.

Menurut Woodwort (1995) dalam Wina Sanjaya bahwa suatu motive adalah suatu set yang dapat membuat individu melakukan kegiatan-kegiatan tertentu untuk mencapai tujuan. Dengan demikian motivasi adalah dorongan yang dapat menimbulkan perilaku tertentu yang terarah kepada pencapaian suatu tujuan tertentu. Perilaku atau tindakan yang ditunjukkan seseorang dalam upaya mencapai tujuan tertentu sangat tergantung dari motive yang dimilikinya. Sebagaimana yang diungkapkan oleh Arden (1957) dalam

⁸ Hamza B. Uno, *Teori Motivasi dan Pengukurannya*, Jakarta : Bumi Aksara, 2012, hlm. 26

⁹Dimiyati dan Mudjiyono, *Belajar dan Pembelajaran*, Rineka Cipta, Jakarta, 2006, hlm 80.

Wina Sanjaya (2010:250) bahwa kuat lemahnya atau semangat tidaknya usaha yang dilakukan seseorang untuk mencapai tujuan akan ditentukan oleh kuat lemahnya motive yang dimiliki orang tersebut.

Motivasi adalah serangkaian usaha untuk menyediakan kondisi-kondisi tertentu, sehingga seseorang mau dan ingin melakukan sesuatu dan bila tidak suka maka akan berusaha untuk meniadakan atau mengelakkan perasaan tidak suka itu. Jadi motivasi dapat dirangsang oleh faktor dari luar, tetapi motivasi itu tumbuh di dalam diri seseorang. Lingkungan merupakan salah faktor dari luar yang dapat menumbuhkan motivasi dalam diri seseorang untuk belajar.¹⁰

Berdasarkan beberapa pengertian yang dikemukakan oleh para ahli mengenai motivasi dapat diambil kesimpulan bahwa motivasi ialah suatu kondisi yang tercipta atau diciptakan untuk membangkitkan jiwa semangat dalam diri untuk memotivasi individu agar mencapai tujuan. Adapun yang dimaksud dengan motivasi belajar adalah kekuatan-kekuatan atau tenaga-tenaga yang dapat memberikan dorongan kepada kegiatan belajar peserta didik. Belajar merupakan proses manusia untuk mencapai berbagai macam kompetensi, keterampilan, dan sikap. Seperti yang dijelaskan pada ayat al-quran An-Nahl . 78 :

وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ

لَكُمْ السَّمْعَ وَالْأَبْصَرَ وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ ﴿٧٨﴾

“Dan Allah mengeluarkan kamu dari perut ibumu dalam keadaan tidak mengetahui sesuatupun, dan Dia memberi kamu pendengaran, penglihatan dan hati, agar kamu bersyukur” (Q.S. An-Nahl [16]: 78)

¹⁰ Lantanida Journal, Vol. 5 No. 2 (2017) 93-196

Setiap manusia memiliki kemampuan belajar yang berbeda dan mempunyai karakter berbeda dalam setiap pola pikirnya. Dengan belajar setiap peserta didik ataupun masyarakat memiliki keuntungan tersendiri yaitu mendapatkan ilmu dan pengalaman untuk memotivasi kehidupan yang lebih baik.

“Berdasarkan Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20 Tahun 2003 pasal 3 dinyatakan bahwa Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan yang bertakwa kepada tuhan yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara demokratis serta bertanggung jawab.”¹¹

Dengan demikian belajar membawa perubahan bagi peserta didik. Baik perubahan pengetahuan, sikap, maupun keterampilan dalam belajar, kita tidak bisa melepaskan diri dari beberapa hal yang dapat mengantarkan kita berhasil atau tidaknya dalam belajar.

Motivasi belajar sebagai dorongan yang timbul pada diri seseorang untuk melakukan kegiatan belajar tidak selalu dimiliki oleh peserta didik. Menurut Hamzah B. Uno indikator motivasi belajar dapat diklasifikasikan sebagai berikut:

1. Adanya hasrat dan keinginan untuk berhasil.
2. Adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar.
3. Adanya harapan dan cita-cita masa depan.
4. Adanya kegiatan yang menarik dalam belajar.¹²

¹¹ Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional (SIKDIKNAS) UU No. 20 Tahun 2003, Yogyakarta: Dharma Bakti, 2005, hlm. 8

¹² Ibit, H. 23

Jika indikator-indikator tersebut muncul dalam proses belajar mengajar, maka guru akan merasa senang dan antusias dalam menyelenggarakan proses pembelajarannya, namun demikian keadaan yang sebaliknya juga sangat sering di jumpai dalam kegiatan belajar-mengajar, artinya ada sejumlah peserta didik yang memiliki motivasi belajar yang kurang, menurut klasifikasi indikator dari Hamzah B. Uno ada beberapa indikator peserta didik yang memiliki kurang motivasi belajar, yaitu:

1. Perhatian terhadap pelajaran kurang
2. Semangat juang belajarnya rendah
3. Mengerjakan tugas seperti diminta membawa beban berat
4. Sulit untuk bisa berjalan sendiri ketika diberi tugas
5. Memiliki ketergantungan terhadap orang lain
6. Daya konsentrasi kurang
7. Mereka cenderung membuat kegaduhan dalam kelas
8. Mudah berkeluh kesah ketika menghadapi ujian

Dari indikator diatas, menunjukan bahwa didalam proses belajar ada peserta didik yang memiliki motivasi belajar tinggi dan motivasi belajar rendah dari dalam dirinya, sehingga perlu adanya upaya yang serius untuk mengembangkannya. Hasil belajar peserta didik dapat diukur dalam bentuk perubahan perilaku peserta didik yang semakin bertambahnya pengetahuan peserta didik terhadap sesuatu, sikap dan keterampilan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan melalui wawancara langsung dengan guru bimbingan konseling dan beliau juga menjadi wali kelas VIII di SMP Negeri 1 Jati Agung yaitu ibu Dra. Linarti Dwi Astuti diperoleh keterangan bahwa:

“Motivasi belajar peserta didik di SMP Negeri 1 Jati Agung cukup rendah dimana hal tersebut dibuktikan dengan laporan dari guru mata pelajaran bahwa peserta didik mengalami kurangnya konsentrasi belajar, telat dalam mengumpulkan tugas, minat belajar yang kurang dan ketergantungan pada guru tertentu yang dapat meningkatkan motivasi belajar

Tabel 1
Gambaran Awal Motivasi Belajar
Peserta didik kelas VIII SMPN 1 Jati Agung

| No | Nama peserta didik | Indikator Motivasi Belajar | | | | | | | |
|----|--------------------|----------------------------|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 1. | M.A | ✓ | | | ✓ | | | | |
| 2. | I.R.N | | ✓ | | ✓ | ✓ | | ✓ | |
| 3. | D.I | | | ✓ | | | | | |
| 4. | AN | | | ✓ | | | | | |
| 5. | M.I.N | ✓ | | | ✓ | | ✓ | | |
| 6. | A.W | ✓ | | | | | ✓ | ✓ | |
| 7. | S.R | | ✓ | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|-----|-----|--|---|---|---|---|--|--|---|
| 8. | C.A | | | ✓ | ✓ | | | | ✓ |
| 9. | A.M | | | | ✓ | ✓ | | | ✓ |
| 10. | Y.S | | ✓ | ✓ | ✓ | | | | |

Keterangan Indikator motivasi belajar rendah :

1. Perhatian terhadap pelajaran kurang
2. Semangat juang belajar rendah
3. Mengerjakan tugas seperti diminta membawa beban berat
4. Sulit untuk bisa berjalan sendiri ketika diberi tugas
5. Memiliki ketergantungan terhadap orang lain
6. Daya konsentrasi kurang
7. Mereka cenderung membuat kegaduhan didalam kelas
8. Mudah berkeluh kesah dan pesimis ketika menghadapi kesulitan.

Berdasarkan tabel diatas terlihat adanya permasalahan yang dialami peserta didik yaitu rendahnya motivasi belajar peserta didik. Hal ini tidak dapat dibiarkan begitu saja karena akan menjadikan peserta didik malas serta tidak ada kemajuan dalam belajar. Peran guru mata pelajaran diperlukan agar peserta didik memiliki motivasi belajar tinggi dan dapat berprestasi. Sementara Guru BK berperan dalam mengoptimalkan kemampuan serta mengatasi permasalahan yang dialami peserta didik.

Penyebab adanya permasalahan yang dialami peserta didik yang memiliki motivasi rendah yaitu:

1. Kurangnya dukungan motivasi dari orang tua
2. Faktor ekonomi yang rendah
3. Lingkungan sekitar yang tidak mendukung
4. Orang tua tidak peduli akan prestasi anak

Adapun cara guru BK mengatasi peserta didik dalam meningkatkan motivasi belajar adalah dengan cara selalu mengawasi dan memantau peserta didik dalam setiap mengerjakan tugas dan memberikan dorongan yang bisa membuat peserta didik paham tentang pentingnya motivasi belajar.

Menurut Gazda dalam Namora Lumongga Lubis, berpendapat bahwa konseling kelompok adalah hubungan antara beberapa konselor dan klien yang berfokus pada pemikiran dan tingkah laku yang disadari. Ia menyatakan bahwa konseling kelompok ini bertujuan untuk memberikan dorongan dan pemahaman pada klien untuk memecahkan masalahnya.¹³

Self-Instruction adalah suatu teknik yang membantu konseli terhadap apa yang konselor katakan kepada dirinya dan menggantikan pernyataan diri yang lebih adaptif. *Self-Instruction* merupakan teknik kognitif yang paling populer yang sering digunakan untuk anak dan telah banyak diaplikasikan dalam lingkup yang luas pada gangguan anak.¹⁴

Berdasarkan latar belakang diatas, maka hal tersebut dapat dijadikan salah satu dasar untuk melakukan penelitian secara mendalam sehingga penulis tertarik untuk mengukur pengaruh teknik *Self-Instruction* dalam meningkatkan motivasi belajar dengan judul Skripsi “*Layanan Konseling Kelompok dengan teknik Self-Instruction untuk meningkatkan*

¹³ Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik*, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2011), h. 198.

¹⁴ Trianto Safaria, *Terapi Kognitif Perilaku Untuk Anak*, (Yogyakarta: Graha ilmu, 2007), h. 74

motivasi belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 1 Jati Agung .”

D. Identifikasi Dan Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat diidentifikasi permasalahan yang terjadi adalah sebagai berikut:

1. Terdapat 10 peserta didik memiliki motivasi rendah
2. Terdapat peserta didik yang memiliki semangat belajar rendah
3. Pelaksanaan konseling kelompok di kelas VIII SMP Negeri 1 Jati Agung Lampung Selatan sudah dilaksanakan oleh guru bimbingan konseling akan tetapi belum dilaksanakan secara maksimal, khususnya di kelas VIII SMP Negeri 1 Jati Agung Lampung Selatan

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah diuraikan, penelitian akan difokuskan pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan teknik *Self-Instruction* terhadap peningkatan motivasi belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 1 Jati Agung untuk melihat sejauh mana layanan guru bimbingan dan konseling dalam menangani permasalahan rendahnya motivasi belajar peserta didik.

E. Rumusan masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka permasalahan yang akan dikaji dalam penelitian ini “Apakah Layanan Konseling Kelompok dengan teknik *Self-Instruction* berpengaruh terhadap peningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas VIII SMP Negeri 1 Jati Agung”?

F. Tujuan masalah

Adapun yang menjadi tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik *Self-*

Instruction terhadap Peningkatan Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 1 Jati Agung tahun ajaran 2020/2021.

G. Manfaat penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan kajian bagi penelitian selanjutnya, dan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam pembuatan kebijakan dan reverensi khususnya bidang pendidikan

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Orang Tua dan Siswa

Mengetahui pentingnya peran orang tua dalam menumbuhkan motivasi belajar siswa sehingga prestasi siswa dapat ditingkatkan

b. Bagi Guru

Mengetahui bahwa motivasi berprestasi siswa dapat dipengaruhi oleh dukungan sosial yang diberikan oleh orang tua. Sehingga guru perlu meningkatkan keterlibatan orang tua dalam proses pendidikan anak.

c. Bagi Sekolah

Mengetahui pentingnya keterlibatan orang tua dalam pendidikan siswa dan komunikasi yang baik antara pihak sekolah dengan orang tua untuk meningkatkan motivasi belajar siswa saat berada dilingkungan sekolah maupun di rumah.

H. Penelitian yang relevan

Penelitian yang relevan merupakan penelitian yang berkaitan dengan layanan konseling kelompok teknik *self*

instruction untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik telah digunakan oleh peneliti lainya antara lain

1. Penelitian yang pertama dilakukan oleh Adi Admokoaluni Universitas Negeri 1 Malang pada tahun 2018 yaitu dengan judul skripsi **“Peningkatan Motivasi Berprestasi Siswa SMA Melalui Cognitif Behavior Counseling Teknik Self Intruction Dan Self Monitoring”**. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan motivasi berprestasi siswa, tujuan lainya adalah untuk mengetahui perbedaan teknik yang diberikan. Pengumpulan data dalam teknik ini menggunakan bahan perlakuan dan skala motivasi berprestasi. Data dianalisis secara deskriptif dan statistic uji wilcoxon dan uji the man whitney U test. Hasil penelitian ini menunjukan peningkatan motivasi berprestasi siswa secara signifikan melalui teknik *self instruction* dan *self monitoring*.
2. Penelitian yang kedua dilakukan oleh Dilla Ayu Anggraini Alumni UIN Raden Intan LAMPUNG pada tahun 2018 yang berjudul **“ Efektivitas Layanna Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Instruction Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta Didik Kelas VII SMP NEGRI 31 Bandar Lampung tahun ajaran 2018/2019.”** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan bentuk Quasi experimental disgn dimana penelitian ini berfokus pada keefektifan layanan konseling kelompok dengan teknik *Self Intruction* untuk meningkatkan percaya diri peserta didik. Teknik yang digunakan yaitu angket. (upaya peningkatan percaya diri peserta didik)
3. Penelitian ketiga dilakukan oleh Nindia Harnes Prima Aidha yang menjadi salah satu alumni jurusan bimbingan dan konseling Universitas Negeri Surabaya, dengan judul penelitian **“Penerapan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Kelompok Untuk**

Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta didik kelas VIII SMP Negeri 1 Ngariboyo 2014/2015” bertujuan untuk mengetahui peningkatan motivasi belajar peserta didik setelah berikan bimbingan kelompok melalui teknik diskusi kelompok pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 1 Ngariboyo Dengan metode pengumpulan data adalah angket motivasi belajar. Jenis angket yang digunakan angket tertutup, analisis yang digunakan adalah statistik non pragmatik dengan uji tanda. Setelah analisis dengan menggunakan uji tanda, dapat diketahui bahwa $p=0,004$ lebih kecil dari α sebesar $5\%=0,05$. Jadi dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan motivasi belajar sebelum dan sesudah penerapan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok. Berdasarkan hasil perhitungan mean *pretest* sebesar 165,6, *mean postes* sebesar 210,8 dan selisih antara mean sebesar 45,2. Dengan demikian H_0 ditolak dan H_a diterima. (upaya peningkatan motivasi belajar pada peserta didik di SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung) (upaya peningkatan motivasi belajar pada peserta didik di SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung.

4. Penelitian yang keempat yang dilakukan oleh Nia Alfi Khaira Alumni UIN Ar-raniri banda aceh pada tahun 2018 dengan judul penelitian **“Penerapan Teknik Self Instruction untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Peserta Didik Kelas II pada Masdarul Ulum Banda Aceh.”** Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif menggunakan metode experiment. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa peserta didik yang mengalami kejenuhan belajar ditinjau dari 4 aspek yaitu keletihan fisik, keletihan sikis, keletihan mental dan indra. Hasilnya terdapat perbedaan sebelum dan sesudah pemberian layanan serta teknik. (Fokus penelitian yaitu

mengurangi kejenuhan belajar menggunakan penerapan *self intriction*)

5. Penelitian yang kelima dilakukan oleh Nofriansa Alumni UIN Raden Intan Lampung pada tahun 2018 dengan judul” **Evektifitas Konseling Kelompok Dengan Teknik *Self-Instruction* Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas Viii Smp Al-Azhar 3 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018**”. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif, dengan desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Non-equivalent Control Group Design*. Pada dua kelompok tersebut, sama-sama dilakukan *pre-test* dan *post-test*., dalam penelitian ini fokus memperoleh data dan gambaran di lapangan tentang keefektifan konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik, sedangkan teknik pengumpul data yang penulis gunakan yaitu Observasi dan angket motivasi belajar. Adapun hasil yang di peroleh adalah hasil perhitungan pengujian diperoleh t hitung 18,477 pada derajat kebebasan (df) 18 kemudian dibandingkan dengan t tabel $0,05 = 2,086$, maka $t_{hitung} \geq t_{tabel}$ ($18,477 \geq 2,086$) atau nilai $sign.(2-tailed)$ lebih kecil dari nilai kritik 0,005 ($0.000 \leq 0,005$), ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, selain itu didapatkan nilai rata-rata kelompok eksperimen lebih besar dari pada kelompok kontrol ($118,7 \geq 79,4$). Hal tersebut membuktikan konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* efektif untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas VIII di SMP Al-Azhar 3 Bandar Lampung. (Penelitian ini terfokus pada peningkatan motivasi belajar menggunakan nteknik *self-instruction*)

I. Ruang lingkup penelitian

Dalam hal ini penulis membatasi ruang lingkup penelitian ini agar penelitian ini lebih jelas dan tidak menyimpang dari tujuan yang telah ditetapkan, diantaranya adalah:

1. Ruang Lingkup Ilmu

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup ilmu bimbingan dan konseling dalam bidang konseling kelompok

2. Ruang Lingkup Objek

Ruang lingkup objek dalam penelitian ini adalah membantu peserta didik dalam Meningkatkan Motivasi Belajar.

3. Ruang Lingkup Subjek

Subjek dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII SMP Negeri 1 Jati Agung, Lampung Selatan

4. Ruang Lingkup Wilayah

Ruang lingkup wilayah yaitu SMP N1 Jati Agung Lampung Selatan.

J. Sistematika Penulisan

Untuk mempermudah melihat dan mengetahui pembahasan yang ada pada skripsi ini secara menyeluruh, maka perlu dikemukakan sistematika yang merupakan kerangka dan pedoman penulisan dalam skripsi, adapun sistematika penulisannya adalah sebagai berikut:

1. Bagian Awal Skripsi

Bagian awal memuat halaman sampul depan, halaman judul, halaman pernyataan, halaman pengesahan, halaman motto, halaman persembahan, kata pengantar, daftar isi, daftar gambar, daftar tabel, dan daftar lampiran.

2. Bagian Utama Skripsi

Bagian utama terbagi atas bab dan sub bab yaitu sebagai berikut:

BAB 1 Pendahuluan

Bab ini terdiri dari penegasan judul, latar belakang masalah, identifikasi masalah dan batasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian penelitian terdahulu yang relevan, sistematika penelitian.

BAB II Landasan Teori Dan Pengajuan Hipotesis

Bab ini menguraikan tentang kajian pustaka baik dari buku-buku ilmiah, maupun sumber-sumber lain yang mendukung penelitian ini.

BAB III Metode Penelitian

Bab ini menjelaskan waktu dan tempat penelitian, pendekatan dan jenis penelitian, populasi, sampel, dan teknik pengambilan data, definisi operasional variabel, instrumen penelitian, uji validitas dan reliabilitas data, uji prasarat analisis, dan uji hipotesis.

BAB IV Hasil Penelitian Dan Pembahasan

Bab ini terdiri dari gambaran tentang deskripsi data dan pembahasan hasil penelitian dan analisis.

BAB V Penutup

Bab ini berisi tentang simpulan dan rekomendasi dari seluruh penelitian yang telah dilakukan.

3. Bagian Akhir Skripsi

Bagian akhir dari skripsi ini berisi tentang daftar pustaka dan lampir

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Konseling Kelompok

1. Pengertian Konseling Kelompok

Konseling kelompok pada dasarnya adalah layanan konseling perorangan yang dilaksanakan dalam suasana kelompok. Disana ada konselor (yang jumlahnya mungkin lebih dari seorang) dan ada klien, yaitu para anggota kelompok (yang jumlahnya paling kurang dua orang). Disana terjadi hubungan konseling dalam suasana yang diusahakan sama seperti dalam konseling perorangan, yaitu hangat, terbuka, permisif, dan penuh keakraban. Di mana juga ada pengungkapan dan pemahaman masalah klien, penelusuran sebab-sebab timbulnya masalah, upaya pemecahan masalah, kegiatan evaluasi dan tindak lanjut.

Menurut Tohirin, konseling kelompok adalah sebagai suatu upaya pemberian bantuan kepada individu yang mengalami masalah-masalah pribadi melalui kegiatan kelompok agar tercapai perkembangan yang optimal.¹⁵

Bimo Walgito menyatakan bahwa konseling merupakan bantuan yang diberikan kepada individu dalam memecahkan masalah dalam kehidupannya dengan wawancara yang sesuai dengan keadaan yang dihadapi individu dalam mencapai kesejahteraan hidupnya¹⁶

Sementara Gazda dalam Namora Lumongga Lubis, Berpendapat bahwa konseling kelompok

¹⁵Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, (PT Raja Grafindo Persada, Jakarta, 2007) hlm. 172.

¹⁶ Bimo Walgito, *Bimbingan Dan Konseling (Study Dan Karir)*, (Andi, Yogyakarta, 2004), h. 5.

adalah hubungan antara beberapa konselor dan klien yang berfokus pada pemikiran dan tingkah laku yang disadari. Ia menyatakan bahwa konseling kelompok ini bertujuan untuk memberikan dorongan dan pemahaman pada klien untuk memecahkan masalahnya¹⁷

Dengan beberapa definisi, maka dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok pada dasarnya adalah layanan konseling perorangan yang dilaksanakan dalam suasana kelompok yang dipimpin oleh seorang kelompok (pemimpin kelompok) dan ada konseli, yaitu para anggota kelompok. Didalam pelaksanaan konseling kelompok hubungan konseling yang terjadi dalam suasana yang diusahakan sama seperti konseling individu, yaitu hangat, terbuka, dan penuh keakraban. Dan juga ada pengungkapan dalam pemahaman masalah klien, penelusuran sebab-sebab timbulnya masalah, upaya pemecahan masalah, serta kegiatan evaluasi dan tindak lanjut.

2. Fungsi Layanan Konseling Kelompok

Fungsi layanan konseling kelompok yang paling utama adalah kuratif atau pengentasan masalah. Konseling kelompok tidak hanya merupakan pertolongan yang kuratif (penyembuhan) dan preventif (pencegahan) tetapi dapat juga bersifat preservative (memilih) klien dapat melaksanakan fungsinya di masyarakat mungkin dalam bentuk pengalaman hidupnya.

Bagi peserta didik konseling kelompok dapat bermanfaat sekali karena melalaui interaksi dengan anggota-anggota kelompok, mereka dan

¹⁷ Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori danPraktik*, (Jakarta:Kencana Prenada Media Group, 2011), h. 198.

mengembangkan berbagai keterampilan yang pada akhirnya meningkatkan kepercayaan diri dan kepercayaan orang lain. Mengingat dalam suasana konseling kelompok mereka mungkin merasa lebih mudah membicarakan persoalan-persoalan yang mereka hadapi dari pada konseling individual yang hanya menerima sumbangan pikiran dari anggota atau konselor.

Tujuan konseling kelompok ini adalah untuk membantu individu (konseli) untuk menyelesaikan masalah yang dialaminya yang bertujuan untuk perubahan tingkah laku, misalnya pada awalnya klien memiliki motivasi belajar yang rendah sehingga dapat menimbulkan dampak dalam prestasi peserta didik, maka dengan adanya konseling kelompok ini konseli dapat mengalami perubahan tingkah laku sehingga menjadi konseli yang rajin belajar.

3. Tujuan layanan konseling kelompok

Layanan konseling kelompok memiliki tujuan seperti halnya layanan bimbingan dan konseling yang lainnya, sebagai berikut:

- a. Melatih anggota kelompok agar berani berbicara dengan banyak orang.
- b. Melatih anggota kelompok dapat bertenggang rasa terhadap teman sebayanya.
- c. Dapat mengembangkan bakat dan minat masing-masing anggota kelompok ataupun mengentaskan permasalahan-permasalahan kelompok.

4. Asas –asas yang digunakan dalam konseling kelompok

Menurut Prayitno terdapat asas-asas yang digunakan dalam layanan konseling kelompok, yaitu sebagai berikut :

a. Asas kerahasiaan

Segala sesuatu yang dibahas dan muncul dalam kegiatan kelompok hendaknya menjadi rahasia kelompok yang hanya boleh diketahui anggota kelompok dan tidak di sebarluaskan keluar kelompok.

b. Asas kesukarelaan

Kesukarelaan anggota kelompok dimulai sejak awal pembentukan kelompok oleh pemimpin kelompok. Kesukarelaan terus menerus dibina melalui upaya pemimpin kelompok mengembangkan syarat-syarat kelompok yang efektif dan penstrukturan tentang layanan konseling kelompok.

c. Asas keterbukaan

Anggota kelompok secara aktif dan terbuka menampilkan diri tanpa rasa takut, malu ataupun ragu.

d. Asas kekinian

Asas kekinian memberikan isi aktual dalam pembahasan yang dilakukan, anggota kelompok diminta mengemukakan hal-hal yang terjadi dan berlaku sekarang ini.

e. Asas kenormatifan

Asas kenormatifan dipraktikkan berkenaan dengan cara-cara berkomunikasi dan tata krama dalam kegiatan kelompok, dan dalam mengenai isi bahasan.¹⁸

5. Proses Pelaksanaan Konseling Kelompok

Suatu kelompok yang sukses dihasilkan dari perencanaan yang cermat dan terperinci. Perencanaan

¹⁸Jurnal Konseling GUSJIGANG Vol. 2 No. 2 (Juli-Desember 2016)

meliputi tujuan, dasar pembentukan kelompok, dan kelompok yang menjadi anggota, lama waktu, frekuensi dan lama waktu pertemuan dan struktur dan format kelompok, metode prosedur, dan evaluasi.¹⁹

Layanan konseling kelompok tidak semua efektif untuk semua orang. Ada beberapa kondisi anggota yang perlu diperhatikan sehingga kelompok tidak direkomendasikan. Kondisi tersebut adalah dalam keadaan kritis, misalnya depresi dan ingin bunuh diri sangat takut untuk berbicara dalam kelompok, tidak memiliki keterampilan sosial, klien tidak menyadari akan perasaan, motivasi, maupun pikirannya, serta menunjukkan perilaku menyimpang, dan perlu banyak meminta perhatian dari orang lain sehingga dapat mengganggu di dalam kelompok.

Suatu kelompok yang homogen atau lebih fungsional dibandingkan dengan heterogen. Misalnya kelompok remaja yang masalahnya lebih difokuskan pada masalah hubungan antara pribadi, perkembangan seksual, identitas, dan kemandirian. Ada beberapa hal yang harus dilakukan dalam pembentukan kelompok sehingga ada kerja sama yang baik antara anggota. Seperti pemilihan anggota kelompok antara lain yang dijelaskan.

Peranan anggota kelompok menurut Prayitno dijabarkan sebagai berikut:

1. Membantu terbinanya suasana keakraban dalam hubungannya antar anggota kelompok.
2. Mencurahkan segenap perasaan dalam melibatkan diri dalam kegiatan kelompok.
3. Membantu tersusunnya aturan kelompok dan berusaha mematuhi dengan baik.

¹⁹ Prayitno dan Erma Amati, *Dasar-dasar Bimbingan Konseling*, PT Renika Cipta, Jakarta, 2004, hlm

4. Ikut secara aktif dalam kegiatan konseling kelompok.
5. Mampu berkomunikasi secara terbuka.
6. Berusaha membantu orang lain.
7. Memberikan kesempatan pada orang lain untuk menjalani peranannya.

6. Tahap-tahap Konseling Kelompok

Menurut Prayitno, tahap-tahap pelaksanaan layanan konseling kelompok terdapat empat tahap yang meliputi:

a. Tahap Pembentukan

Tahap pembentukan merupakan tahap pengenalan dan pelibatan dari tujuan anggota memahami pengertian dan kegiatan kelompok, menumbuhkan suasana kelompok, dan saling tumbuhnya minat antar anggota kelompok.

b. Tahap Peralihan

Tahap peralihan merupakan jembatan antara tahap pertama dengan tahap ketiga. Adapun tujuan dari tahap peralihan adalah terbebaskannya anggota dari perasaan atau sikap enggan, ragu, malu, atau tidak saling percaya untuk memasuki tahap berikutnya. Semakin baik suasana kelompok maka semakin baik pula minat untuk ikut serta dalam kegiatan kelompok.

c. Tahap Kegiatan

Tahap kegiatan bertujuan untuk membahas suatu masalah atau topik yang relevan dengan kehidupan anggota secara mendalam dan tuntas. Pada tahap ini pemimpin kelompok mengumumkan suatu masalah atau topik tanya jawab antara anggota kelompok dan pimpinan

kelompok tentang hal-hal yang menyangkut masalah atau topik secara tuntas dan mendalam.

d. Tahap Pengakhiran

Pada tahap pengakhiran merupakan penilaian dan tindak lanjut, agar adanya tujuan terungkapnya kesan-kesan anggota kelompok tentang pelaksanaan kegiatan, terungkapnya hasil kegiatan kelompok yang telah tercapai yang di kemukakan secara mendalam dan tuntas, agar terumuskan rencana kegiatan lebih lanjut tetap dirasakannya hubungan kelompok, dan rasa kebersamaan meskipun kegiatan diakhiri. Pada tahap ini pemimpin kelompok mengungkapkan bahwa kegiatan segera diakhiri, pemimpin anggota mengemukakan kesan dan hasil kegiatan membahas kegiatan lanjut, dan mengemukakan perasaan dan harapan.²⁰

7. Kegiatan Dalam Konseling Kelompok

Dalam kegiatan kelompok (baik layanan bimbingan kelompok maupun konseling kelompok) hal-hal yang perlu ditampilkan oleh seluruh anggota kelompok adalah:

- a. Membina keakraban dalam kelompok;
- b. Melibatkan diri secara penuh dalam suasana kelompok;
- c. Bersama-sama mencapai tujuan kelompok;
- d. Membina dan mematuhi aturan kegiatan kelompok;
- e. Ikut serta dalam seluruh kegiatan kelompok;
- f. Berkomunikasi secara bebas dan terbuka;

²⁰Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, (PT Raja Grafindo Persada, Jakarta, 2007) hlm. 28-30.

- g. Membantu anggota lain dalam kelompok;
- h. Memberikan kesempatan kepada anggota lain dalam kelompok;
- i. Menyadari pentingnya kegiatan kelompok.²¹

8. Materi Layanan Konseling Kelompok

Materi layanan konseling kelompok mencakup:

- a. Pemahaman dan pengembangan sikap, kebiasaan, bakat, minat, dan penyalurannya;
- b. Pemahaman kelemahan diri dan penanggulangannya, pengenalan kekuatan diri dan pengembangannya
- c. Perencanaan dan perwujudan diri;
- d. Mengembangkan kemampuan berkomunikasi menerima /menyampaikan pendapat bertingkah laku dan hubungan sosial, baik di rumah, sekolah maupun masyarakat.
- e. Mengembangkan hubungan teman sebaya baik di rumah, di sekolah, dan di masyarakat sesuai dengan kondisi, peraturan materi pelajaran;
- f. Mengembangkan sikap dan kebiasaan belajar, disiplin belajar dan berlatih, serta teknik-teknik penguasaan materi pelajaran;
- g. Pemahaman kondisi fisik, sosial, dan budaya dalam kaitannya dengan orientasi belajar di perguruan tinggi;
- h. Mengembangkan kecenderungan karir yang menjadi pilihan siswa;
- i. Orientasi dan informasi karir, dunia kerja, dan prospek masa depan;

²¹ Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), h. 70.

- j. Informasi perguruan tinggi yang sesuai dengan karir yang akan dikembangkan;
- k. Pemantapan dalam mengambil keputusan dalam rangka perwujudan diri.²²

9. Kelebihan dan kekurangan Konseling Kelompok

Adapun beberapa kelebihan dalam melakukan konseling kelompok:

- a. Anggota belajar berlatih perilakunya yang baru.
- b. Kelompok dapat dipakai untuk belajar mengekspresikan perasaan, perhatian dan pengalaman.
- c. Anggota belajar keterampilan sosial, belajar berhubungan pribadi lebih mendalam.
- d. Efisiensi dan ekonomis bagi konselor, karena dalam satu waktu tertentu dapat memberikan konseling bagi lebih dari seorang siswa.
- e. Kebanyakan masalah berkaitan dengan hubungan antar pribadi dalam lingkungan sosial. Konseling kelompok memberikan lingkungan sosial yang dapat dipakai sebagai sarana memecahkan masalah ini.
- f. Kebersamaan dalam kelompok lebih memberikan kesempatan untuk mempraktekkan perilaku baru dari pada keberduaan pada konseling individual. Dalam kelompok, klien mendapatkan dukungan dan umpan balik yang jujur mengenai perilaku yang dicoba dari teman-teman sebayanya bukan dari konselor.
- g. Konseling kelompok memungkinkan klien memaparkan masalahnya kepada siswa-siswa

²² Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), h. 69.

lain, dan menjajaki penyelesaiannya dengan bantuan perasaan, perhatian dan pengalaman siswa-siswa lain.

- h. Dalam memecahkan masalah pribadi maupun antara pribadi dalam konseling kelompok, klien tidak hanya meningkatkan kemampuan memecahkan masalah bersama, tetapi juga belajar keterampilan sosial dalam pemecahan ini.
- i. Dalam konseling kelompok klien tidak hanya memecahkan masalah masing-masing tetapi juga masalah orang lain. Memberikan tanggapan terhadap masalah orang lain, dapat mengalihkan pusat perhatian dari masalahnya sendiri.

Adapun beberapa kekurangan dalam melakukan Konseling Kelompok:

- a. Tidak semua orang cocok dalam kelompok.
- b. Perhatian konselor lebih menyebar.
- c. Sulit dibina kepercayaan.
- d. Klien mengharapkan terlalu banyak dari kelompok.
- e. Kelompok bukan dijadikan sarana berlatih melakukan perubahan, tetapi sebagai tujuan.²³

B. Teknik *Self-Instruction*

1. Pengertian *Self-Instruction*

Self-instruction merupakan satu dari beberapa teknik *cognitive behavioral therapy (CBT)* yang dikembangkan oleh Donald Menichenbeum. *Self-instruction* adalah sebuah teknik perilaku kognitif yang dimaksudkan guna untuk memodifikasi perilaku mereka

²³Hallen A, *Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Quantum Teaching, 2005), hlm. 57-59

sendiri. Teknik ini membantu orang mengubah apa yang menjadi anggapan mereka tentang diri mereka sendiri.²⁴

Self-Instruction adalah suatu teknik yang membantu konseli terhadap apa yang konselor pada dirinya dan menggantikan pernyataan diri yang lebih adaptif. *Self-Instruction* merupakan teknik kognitif yang paling populer yang paling sering digunakan untuk anak dan telah banyak diaplikasikan dalam lingkup yang luas pada gangguan anak.²⁵

Self-Instruction merupakan suatu teknik dalam pendekatan perilaku kognitif dalam mengubah anggapan individu terhadap situasi yang sulit membuat mereka menjadi lebih baik.

2. Penerapan Teknik *Self-Instruction*

Ada tiga cara dalam penerapan teknik *self-instruction* pada peserta didik

a. Metode non-interaktif

Metode non-interaktif yaitu hanya diberikan instruksi kepada peserta didik, kemudian peserta didik mencobanya secara berulang-ulang melalui aktifitas dan verbalisasi. Sebagai contoh konselor memerintahkan peserta didik untuk mengucapkan kalimat “saya bisa mengerjakan tugas ini” secara keras kemudian peserta didik menirukannya, setelah peserta didik mampu menguasai kalimat tersebut peserta didik diminta mengulang-ulangnya hingga mampu diterapkan.

²⁴Putri Larasati, Wikan.. Meningkatkan *Self-Esteem Melalui Metode Self-Instruction (Enhancing Self Esteem through Self Instruction Method)*.2012 Tesis pada Fakultas Psikologi Universitas Indonesia Depok:

⁸ Triantoro Safaria, *Terapi Kognitif Prilaku Untuk Anak*, Yogyakarta: Graha ilmu hlm 74

b. Metode interaktif

Metode interaktif yang dipasangkan dengan teknik kontrol diri seperti monitoring diri, evaluasi diri, dan pengukuran diri.

c. Penerapan modeling, imitasi dan eksekusi.

Konselor pertama tama mencontohkan, kemudian peserta didik menirukan bersama konselor, setelah peserta didik mampu maka peserta didik disuruh untuk mengerjakan sendiri.²⁶

Dari ketiga penerapan diatas difokuskan pada penerapan modeling, imitasi dan eksekusi dimana konselor mencontohkan dan kemudian peserta didik disuruh menirukan bersamaan dengan konselor dan setelah mengerti dan bisa peserta didik disuruh mengerjakan dengan sendiri.

Penerapan *self-instruction* pada peserta didik, dilakukan tidak dengan membohongi diri peserta didik itu sendiri, tetapi peserta didik secara jujur mengatakan apa yang sebenarnya dirasakan oleh peserta didik. Sebagai contoh ketika peserta didik merasa tidak mengerti dalam pelajaran, peserta didik tidak boleh merasa takut untuk mengatakannya bahwa peserta didik tidak mengerti dalam pelajaran dan peserta didik harus juga berusaha menginstruksikan dirinya bagai mana cara agar peserta didik bisa mengerti dalam pelajaran tersebut.

Teknik *self-instruction* yang digunakan untuk meningkatkan motivasi belajar ini bertujuan untuk melakukan restruksi sistem berpikir melalui prubahan verbalisasi diri yang positif sehingga melahirkan perilaku yang lebih adaptif adapun prosedur dalam melakukan teknik *self-instruction* untuk

²⁶*Ibid*: hlm 75

meningkatkan motivasi belajar yang disebutkan oleh Meichenbaum & Goodman adalah sebagai berikut:

1. Konselor menjadi model dengan memverbalisasikan langkah-langkah dalam *self-instruction* dengan suara keras.
2. Konseli melakukan verbalisasi seperti dicontohkan oleh konselor dengan suara keras.
3. Konseli mengungkapkan verbalisasi diri dengan suara yang keras seperti apa yang konselor bisikan padanya.
4. Konseli mengungkapkan verbalisasi diri dengan suara berbisik dengan melihat gerak bibir konselor yang memberikan isyarat padanya.
5. Konseli melakukan tugasnya dengan hanya menggerakkan bibir dan tanpa suara.
6. Konseli diminta untuk mengucapkan kata-kata untuk dirinya sendiri saat melakukan teknik ini.²⁷

Adapun verbalisasi dalam *self-instruction* yang diajarkan disini menurut Bryant & Budd mencakup lima tipe, yaitu :

- a. berhenti dan lihat;
- b. bertanya mengenai tugas yang diberikan
(misalnya “Apa yang guru inginkan dari saya”)
- c. menjawab pertanyaan mengenai tugas yang diberikan (misalnya “Benar, saya harus bisa memenuhi harapan mereka);

²⁷Baker, Stanley B. & James N. Butler. *Effect of Preventive Cognitive Self-Instruction Training on Adolescent Attitudes, Experiences, and State Anxiety..* (1984 Journal of Primary Prevention). Vol. 5(1), 17-25.

- d. self_instruction untuk membimbing konseli melalui tugas (misalnya, “yang ini terlihat sama dengan yang itu, jadi saya memilih yang berbeda dari keduanya); dan
- e. pengakuan diri bahwa tugas telah terselesaikan (misalnya, “saya telah melakukan pekerjaan ini dengan sangat baik”)

Menurut Bryant & Budd teknik *self-instruction* merupakan teknik yang cocok digunakan dalam mengatasi masalah emosional dan perilaku konseli. Dengan menggunakan teknik *self-instruction* diharapkan siswa mampu melakukan perubahan dari cara berpikirnya, dan mampu mengendalikan diri dari gangguan yang dialaminya.²⁸

Mekanisme Penilaian Kognitif pada Teknik Self Instruction meliputi penilaian kognitif pada prinsipnya dibangun secara aktif oleh individu yang bersangkutan. Untuk mengembangkan penilaian kognitif hendaknya didasarkan pada pernyataan-pernyataan *covert* dan *overt* individu yang disuarakan. Terkadang individu belum mampu menggambarkan pernyataan tersebut dalam bahasa yang gamblang. Bangunan Pernyataan tersebut dibangun dalam pikiran individu berdasarkan interaksinya dengan lingkungan. Setiap stimulus yang datang dihadapan individu dibangun kembali dalam struktur kognitif seseorang. Bangunan kognitif tersebut akan mengalami proses asimilasi stimulus tersebut adaptif dengan struktur kognitif yang telah ada, dan akan diakomodasi apabila stimulus dapat

²⁸Bryant, Lorrie E & Karren S. Budd. Self Instructional Training To Increase Independent Work Performance In Pre Schooler. Journal of Applied Behavior Analysis. (1982) Vol. 15 No.2. PP. 259-271. University of Nebraska Medical Center.

disesuaikan dengan struktur kognitif yang telah ada (Cormier, 2003). Perkembangan penilaian kognitif seseorang sangat tergantung dari aspek persepsi perhatian, pemilahan dan generalisasi atas interaksinya dengan lingkungan. Penilaian kognitif dibentuk secara aktif dari proses mental seseorang ketika berinteraksi dengan lingkungannya yang ditranformasi kedalam pikiran berdasarkan struktur kognitif yang telah ada. Piaget menegaskan penilaian kognitif dibangun didalam pikiran individu, sedangkan suatu realita atau pengalaman tidak terletak dalam realita itu sendiri, tetapi manusialah yang membangun penilaian-penilaiannya terhadap realita menjadi suatu makna tertentu. Penilaian kognitif merupakan proses mental yang disadari dari suatu proses persepsi, perhatian, diskriminasi dan generalisasi yang dilakukan oleh individu yang didasarkan atas struktur kognitif yang ada sebelumnya. Struktur kognitif itu dapat dihentikan, diubah, ditata ulang dan dibatasi ulang oleh individu sendiri, karena individulah yang lebih tahu tentang dirinya, dan dirinya yang menyadarkan dirinya dalam interaksinya dengan lingkungan. Struktur kognitif terbentuk melalui proses interaksi antara struktur kognitif yang telah ada dengan masuknya pengalaman baru tersebut dapat berkonsiliasi dengan pengalaman sebelumnya sehingga terjadi asimilasi dan akomodasi dalam struktur kognitif individu. Terjadinya asimilasi dan akomodasi dengan pengalaman baru membentuk struktur kognitif baru yang disadari untuk mengembangkan perilaku kearah lebih bermakna.²⁹

²⁹ Jurnal BK UNESA. Volume 03 Nomor 01 Tahun 2013, 187-195

3. Langkah-Langkah pelaksanaan Teknik Konseling Self Instruction

- a. *Cognitive Modelling*, Konselor melakukan demonstrasi instruksi diri dengan suara yang keras. Hal yang penting adalah ungkapan diri *Self Statement* yang cocok untuk anak. Misalkan “Saya pasti bisa mengendalikan diri saya untuk semangat belajar. Pertama saya harus sabar dalam berbagai situasi. Saya pasti bisa melakukannya”.
- b. *Overt External Guidance*, instruksi konselor. Pada tahapan ini, kata-kata yang diinstruksikan harus sama dengan yang konselor. Konselor melakukan instruksi secara langsung, mengarahkan dan memperbaiki kesalahan konseli dalam mempraktekkan perilaku yang diinstruksikan.
- c. *Overt Self Guidance*, Konseli melakukan perbuatan (performance) yang tepat saat melakukan verbalisasi diri dengan suara yang keras. Pada tahapan ini, konseli melakukan pengulangan verbalisasi diri seperti yang dimodelkan oleh konselor sampai melibatkan perilaku yang tepat.
- d. *Faded Overt Self Guidance*, Konseli menunjukkan perbuatan dan perilaku yang tepat saat membisikkan perkataan instruksi diri. Konseli melakukan pengulangan tugas seperti yang diinstruksikan dan memuji diri sendiri lebih banyak secara lembut.
- e. *Covert Self Instruction*, Akhirnya pada tahapan ini, konseli akan terbiasa untuk melakukan

instruksi secara tersembunyi dan mampu melakukan perilaku yang tepat.³⁰

C. Motivasi Belajar

1. Pengertian Motivasi belajar

Motivasi belajar dapat timbul karena faktor intrinsik, berupa hasrat dan keinginan berhasil serta dorongan kebutuhan belajar dan harapan akan cita-cita. Sedangkan faktor eksternalnya adalah adanya penghargaan, lingkungan belajar yang kondusif, dan kegiatan belajar yang menyenangkan serta menarik. Motivasi belajar merupakan dorongan internal dan eksternal pada peserta didik yang sedang belajar untuk mengadakan perubahan tingkah laku.

Keberhasilan suatu proses kegiatan belajar mengajar bukan hanya ditentukan oleh faktor intelektual, tetapi juga faktor-faktor yang non-intelektual, termasuk salah satunya adalah motivasi. Dalam islam kata motivasi lebih dikenal dengan istilah niat yaitu dorongan yang tumbuh dalam hati manusia yang menggerakkan untuk menentukan suatu aktivitas tertentu dalam niat ada ketergantungan antara niat dengan perbuatan, dalam arti jika niat baik maka imbasnya juga baik dan sebaliknya.

Motivasi belajar juga merupakan dorongan internal dan eksternal pada peserta didik yang sedang belajar untuk mengadakan perubahan tingkah laku, pada umumnya dengan beberapa indikator atau unsur yang mendukung.³¹

³⁰Ewin, wawasan BK informasi bimbingan dan konseling, Oktober 2012. Diakses pada tanggal 22 Oktober 2017 dari situs: <http://wawasanbk.blogspot.com/2012/10/penggunaan-teknik-selfinstruction.html>.

³¹ Hamzah B. Uno, *Teori Motivasi dan Pengukurannya*, Jakarta : Bumi Aksara, 2012, hal. 23

Crow memperjelas pentingnya motivasi dalam belajar sebagai berikut: Belajar harus diberi motivasi dengan berbagai cara sehingga minat yang dipentingkan dalam belajar itu dibangun dari minat yang telah ada pada diri anak.

Menurut A. Tabrani, pada garis besarnya motivasi mengandung nilai-nilai sebagai berikut:³²

1. Motivasi menentukan tingkat keberhasilan atau kegagalan perbuatan belajar peserta didik. Belajar tanpa adanya motivasi sulit untuk berhasil.
2. Pengajaran yang bermotivasi pada hakikatnya adalah pengajaran yang disesuaikan dengan kebutuhan, dorongan, motif dan minat yang ada pada peserta didik. Pengajaran yang demikian sesuai dengan tuntutan demokrasi pendidikan.
3. Pengajaran yang bermotivasi menurut kreativitas dan imajinitas pada guru untuk berusaha secara sungguh-sungguh mencari cara-cara yang relevan dan serasi guna membangkitkan dan memelihara motivasi belajar peserta didik pada akhirnya mempunyai motivasi yang baik.
4. Berhasil atau tidaknya dalam menumbuhkan dan menggunakan motivasi dalam pengajaran berat kaitanya dalam pengaturannya dalam kelas.
5. Asal motivasi menjadi salah satu bagaian yang integral dari asas-asas mengajar. Pengguna motivasi dalam mengajar tidak saja melengkapi prosedur mengajar, tetapi juga menjadi faktor yang menentukan pengajaran yang efektif. Dengan demikian, penggunaan asas motivasi sangat esensial dalam proses belajar mengajar. Dalam hal ini penulis dapat menyimpulkan bahwa motivasi

³²A. Tabrani R., *Pendekatan dalam Proses Belajar Mengajar* , Bandung: Rosdakarya, 1994,hlm 121

belajar dapat berfungsi sebagai pendorong usaha dan pencapaian prestasi seseorang melakukan suatu usaha karena adanya motivasi.

Motivasi belajar di sekolah dapat dibedakan menjadi 2 bentuk yaitu:

1. Motivasi Intrinsik,

Motivasi intrinsik yaitu kegiatan belajar dimulai dan diteruskan, berdasarkan penghayatan suatu kebutuhan dan dorongan yang secara mutlak berkaitan dengan aktivitas belajar peserta didik. Motivasi ini tumbuh dari dalam diri peserta didik sendiri oleh karena itu motivasi ini sering disebut motivasi murni atau motivasi yang sebenarnya. Misal: peserta didik yang tekun belajar karena ingin memperoleh ilmu pengetahuan. Meskipun dalam motivasi ini peserta didik mempunyai kemandirian dalam belajar, tetapi guru tetap harus berusaha menjaga kondisi ini, terutama untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik.

2. Motivasi Ekstrinsik,

Motivasi Ekstrinsik yaitu aktivitas belajar dan diteruskan berdasarkan kebutuhan dan dorongan yang tidak secara mutlak berkaitan dengan aktivitas belajar sendiri. Misal: peserta didik rajin belajar untuk memperoleh hadiah yang telah dijanjikan kalau berhasil baik. Namun demikian, motivasi belajar yang bersifat eksternal ini tidak selamanya tidak baik bagi peserta didik, tetapi tetap penting dan dibutuhkan oleh peserta didik karena keadaan peserta didik yang dinamis dan tidak selalu stabil. Disini peranan guru sangat menentukan untuk member motivasi sehingga timbul dorongan belajarnya atau bahkan meningkat dengan adanya usaha guru tersebut.

Dalam motivasi belajar terkadang suatu dinamis yang mendorong segala tingkah laku manusia.

Bilamana terhadap rintangan-rintangan yang mengalami pencapaian tujuan yang diinginkan, dengan motivasi itu seseorang melipat gandakan usahanya untuk mengatasi dan berusaha mencapai tujuan.

Motivasi adalah suatu proses yang menentukan tingkat ketinggian, intensitas, konsekuensi, serta arah umum dari tingkah laku manusia, merupakan konsep yang rumit dan berkaitan dengan konsep-konsep lain seperti minat, konsep diri, sikap dan sebagainya.³³ Motivasi merupakan suatu perubahan energi pada diri seseorang bertindak melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan akhir, dan juga memberikan dorongan agar peserta didik dapat mencapai tujuan yang diinginkan.

Menurut Syah belajar dapat dipahami sebagai tahap perubahan seluruh tingkah laku peserta didik yang relatif menetap sebagai hasil pengalaman dan interaksi dengan lingkungan yang melibatkan proses kognitif.³⁴

Belajar adalah salah satu kegiatan yang melibatkan peserta didik secara keseluruhan, baik fisik maupun psikis, untuk mencapai suatu tujuan yang mana tujuan belajar disini mencapai tujuan perubahan tingkah laku. Dengan demikian tampak jelas bahwa motivasi hidup manusia hanyalah realisasi atau aktualisasi amanah Allah SWT semata. Sedangkan yang dimaksud motivasi menurut peneliti adalah dorongan yang muncul dari dalam diri seseorang dan adanya stimulus dari orang lain untuk melakukan sesuatu. Berawal dari kata “motif” itu, maka “motivasi” dapat diartikan sebagai daya penggerak yang telah menjadi aktif, motif menjadi aktif pada saat tertentu, terutama bila kebutuhan untuk mencapai tujuan sangat dirasakan mendasak.

³³Salemeto, *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*, Renika Cipta, Jakarta, 2013, H.170

³⁴Syah, *Strategi Belajar Mengajar*, Renika Cipta, Jakarta, 2007, hlm. 68

2. Fungsi Motivasi Dalam Belajar

Dalam proses pembelajaran, jika seseorang peserta didik tidak memiliki motivasi yang baik, maka akan sulit untuk dapat mencapai tujuan dari pembelajaran. Hasil belajar akan menjadi optimal jika peserta didik memiliki motivasi. Makin tepat motivasi yang diberikan, maka akan semakin berhasil pula proses pembelajaran itu.

Dalam pemberian motivasi selalu berkaitan dengan suatu tujuan, sehingga motivasi dapat mempengaruhi suatu proses pembelajaran. Sehubungan dengan hal tersebut, ada tiga fungsi yaitu:

- a. Mendorong manusia untuk berbuat, jadi sebagai penggerak
- b. Menentukan arah perbuatan, yakni ke arah tujuan yang hendak di capai
- c. Menyeleksi perbuatan, yakni menentukan perbuatan apa yang harus dikerjakan yang serasi guna mencapai tujuan, dengan menyisihkan perbuatan-perbuatan yang tidak bermanfaat lagi tujuan tersebut.

3. Macam-macam Motivasi

Menurut isinya macam-macam motivasi dibagi dua yaitu:

- a. Motivasi Jasmani, yaitu motivasi untuk memenuhi kebutuhan biologis demi kelangsungan hidup peserta didik misal untuk bergerak dan sebagainya.
- b. Motivasi Rohani, yaitu motivasi untuk memenuhi kebutuhan batin, misal kemauan:
 1. Timbulnya alasan automotif, misal belajar jika akan ada ujian.

2. Langkah memilih atau timbulnya alternatif, memilih beberapa alternatif dengan pertimbangan untung ruginya.
3. Mengambil keputusan dari pertautan beberapa alternatif hasil keputusan.
4. Terbentuknya kemauan atau dorongan untuk bertindak melaksanakan keputusan yang diambil dari langkah ketiga.
5. Motif Sosial, yaitu motif yang timbul setelah kita berhubungan dengan manusia, motif untuk menolong.

4. Kendala yang Menghambat Motivasi

Pertarungan antar motif-motif dapat terjadi pada diri peserta didik untuk diri seseorang apa bila ada perbedaan motif yang muncul secara serempak dan ini bisa membawa seseorang bisa membawa situasi konflik. Situasi konflik adalah situasi di mana seseorang merasa bimbang atau bingung karena harus antara dua motif yang muncul pada saat bersamaan. Kebimbangan itu ditandai pula adanya ketegangan dalam mengambil suatu keputusan untuk pilihan. Konflik ada tiga macam bentuk yaitu.

1. *Approach-approach conflict* (konflik-konflik mendekat), konflik ini timbul pada saat sama terdapat dua motif yang semua positif, sehingga timbul mana kebimbangan mana yang dipilih, memilih suatu motif berarti mengorbankan atau mengecewakan motif yang lain. Contoh seseorang ibu memiliki uang pas disatu sisi akan dibelanjakan untuk kebutuhan sehari-hari, disisi lain anaknya minta keperluan sekolah, sehingga ini menjadi bimbang mana yang akan dipilih.
2. *Approach-avoidance conflict* (konflik mendekat menjauh), konflik ini timbul bilamana pada suatu

saat yang timbul dua motif yang beralawanan mengenai suatu obyek, motif yang satu positif, motif yang lain negatif, karena itu akan menimbulkan kebingungan apakah akan menjauhi atau mendekat: Contoh seseorang peserta didik diberi uang untuk membayar SPP oleh orang tuanya, satu sisi ia membayarkan, disisi lain adanya dorongan untuk digunakann bersenang-senang, timbul kebingungan pada anak.

3. *Avoidance-avoidance konflik* (konflik menjauh-menjauh), konflik ini terjadi bila pada satu saat yang bersamaan timbul dua motif yang timbul negatif, timbul dua motif dan timbul kebingungan karena menjauhi motif yang satu berarti harus memilih motif yang lain juga negatif. Contoh seorang peserta didik menghadapi ujian, kebutuhan tidak siap, ingin mencontek takut ketahuan, tidak mencontek takut ketahuan, tidak mencontek tidak takut ujian.

5. Cara Meningkatkan Motivasi Belajar

Mengupayakan agar motivasi belajar peserta didik lebih meningkat sangat penting artinya karena akan mempengaruhi kelangsungan kegiatan belajar-mengajar. Tugas guru adalah memotivasi peserta didik untuk belajar demi tercapainya suatu tujuan yang diharapkan. Kegiatan belajar akan tercipta apabila motivasi belajar yang ada didalam diri peserta didik itu akan memperkuat tingkah laku tertentu (belajar).

Adapun motivasi dapat ditimbulkan dengan cara:

- a. Membangkitkan suatu kebutuhan, yaitu suatu kebutuhan untuk menghargai suatu keindahan, untuk mendapat penghargaan dan sebagainya.
- b. Menghubungkanya dengan pengalaman-pengalaman yang lampau. Memberikan

kesempatan untuk mendapatkan hasil yang baik, *Knowing success Like Success* atau mengetahui sukses yang diperoleh peserta didik itu, sebab sukses akan menimbulkan rasa puas. Guru juga dapat menggunakan bermacam-macam motivasi agar peserta didik dapat belajar dengan baik

Hakikat motivasi belajar adalah dorongan internal dan eksternal pada peserta didik yang sedang belajar untuk mengadakan perubahan tingkah laku. Pada umumnya dengan beberapa indikator atau unsur yang mendukung, indikator motivasi belajar dapat dikelasifikasikan sebagai berikut:

- 1) Adanya hasrat dan keinginan untuk berhasil.
- 2) Adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar.
- 3) Adanya harapan dan cita-cita masa depan.
- 4) Adanya kegiatan yang menarik dalam kegiatan.

Jika indikator-indikator diatas muncul dalam proses belajar mengajar, maka guru akan merasa senang dan antusias dalam menyelenggarakan proses pembelajarannya, namun demikian keadaan yang sebaliknya juga sangat sering kita jumpai dalam kegiatan belajar mengajar. Artinya ada sejumlah peserta didik yang memiliki motivasi rendah.

Ada sejumlah indicator peserta didik yang memiliki motivasi belajar rendah yaitu:

- 1) Semangat juang belajarnya rendah
- 2) Mengerjakan tugas merasa seperti diminta diminta membawa beban berat
- 3) Sulit untuk bisa berjalan sendiri ketika diberi tugas
- 4) Memiliki ketergantungan orang lain
- 5) Daya konsentrasi kurang

- 6) Mereka cenderung membuat kegaduhan dalam kelas
- 7) Mudah berkeluh kesah dan pesimis ketika menghadapi kesulitan.³⁵

Dari indikator diatas menunjukan bahwa didalam proses belajar ada peserta didik yang memiliki motivasi belajar tinggi dan motivasi belajar rendah dari dalam dirinya, sehingga perlu adanya upaya yang serius dari guru untuk mengembangkannya. Hasil belajar peserta didik dapat diukur dalam bentuk prubahan prilaku peserta didik yaitu semakin bertambahnya pengetahuan peserta didik terhadap sesuatu, sikap dan keterampilan.

D. Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Self-Instruction* Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik

Dalam layanan konseling kelompok peserta didik yang dihadapi bukanlah bersifat individu, tetapi terdiri dari beberapa kelompok peserta didik yang akan bersama-sama memanfaatkan dinamika peserta didik untuk membahas topik/permasalahan dan belajar untuk lebih mengembangkan dirinya termasuk motivasi belajar mereka. Dengan adanya hubungan yang interaktif tersebut, peserta didik akan lebih mudah dan leluasa karena lingkungannya merupakan teman sebaya mereka sendiri. Selain itu dengan melakukan konseling kelompok yang memanfaatkan dinamika kelompok peserta didik ini, peserta didik juga belajar untuk memahami dan mengendalikan diri sendiri, memahami orang lain, saling bertukar pendapat tentang pengembangan motivasi belajar. Fenomena ini dapat dimaknai sebagai petunjuk yang mengandung implikasi bahwa intreraksi dan dinamika

³⁵Wardayati dan Muhammad.J, *Implementasi Bimbingan dan Konseling Di Sekolah*, PrestasiPustaka, Jakarta, 2011, hlm. 23

yang tumbuh dalam konseling kelompok diharapkan dapat dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hubungan antara konseling kelompok dan motivasi belajar adalah konseling kelompok merupakan faktor eksternal dari motivasi belajar. Tujuan konseling kelompok tersebut secara umum untuk meningkatkan motivasi belajar, dan teknik *self-instruction* ini adalah faktor eksternal dari konseling kelompok. Tujuan dari teknik *self-instruction* tersebut secara umum yakni agar peneliti fokus pada perilaku peserta didik. Apabila teknik *self-instruction* ini menurut peserta didik bermanfaat. Maka teknik *self-instruction* yang diberikan diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik.

Dari uraian diatas maka peneliti mengajukan hipotesis kerja bahwa konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* diharapkan berpengaruh terhadap peningkatan motivasi belajar peserta didik kelas VIII SMP N 1 Jati Agung Lampung Selatan dalam proses belajar.

E. Kerangka Berfikir

Kerangka merupakan hubungan antara dua variable yang disusun dari berbagai teori yang telah dideskripsikan. Dua variabel yang dimaksud dalam kerangka berpikir adalah keefektifan meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Berdasarkan teori yang telah disebutkan, maka peneliti merumuskan kerangka berpikir dalam penelitian ini sebagaimana tersaji pada gambar 1:

DAFTAR PUSTAKA

- A. Tabrani R., *Pendekatan dalam Proses Belajar Mengajar*, Bandung:Rosdakarya,1994, hlm 121
- Baker, Stanley B. & James N. Butler. *Effect of Preventive Cognitive Self- Instruction Training on Adolescent Attitudes, Experiences, and State Anxiety*. (1984)Journal of Primary Prevention). Vol. 5 No. 1. Hlm17-25
- Bimo Walgito. *Bimbingan Dan Konseling (Study Dan Karir)*, Andi, Yogyakarta, 2004
- Bryant, Lorrie E & Karren S. Budd. Self Instructional Training To Increase Independent Work Performance In Pre Schooler. Journal of Applied Behavior Analysis. (1982) Vol. 15 No.2. PP. 259-271. University of Nebraska Medical Center.
- Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, Jakarta: Rineka Cipta, 2010, h. 70
- Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, Jakarta: Rineka Cipta, 2010, h. 69.
- Dimiyati dan Mudjiyono, *Belajar dan Pembelajaran*, Rineka Cipta, Jakarta, 2006.
- GUSJIGANG Jurnal Konseling Vol. 2 No. 2 Juli-Desember 2016.
- Hallen A, *Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: Quantum Teaching, 2005, hlm. 57-59.
- Hamzah B. Uno, *Teori Motivasi dan Pengukurannya*, Jakarta : Bumi Aksara, 2012, hal. 23
- Kementrian agama RI badan penelitian dan pengembangan pendidikan dan pelatihan
- Moh Roqib, *Ilmu Pendidikan Islam*, Yogyakarta: PT. LkiS Yogyakarta, 2009
- Namora Lumongga Lubis. *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2011.

- Prayitno dan Erma Amati, *Dasar-dasar Bimbingan Konseling*, PT Renika Cipta, Jakarta, 2004.
- Putri Larasati, Wikan.. Meningkatkan *Self-Esteem Melalui Metode Self-Instruction (Enhancing Self Esteem through Self Instrucion Method)*. 2012 Tesis pada Fakultas Psikologi Universitas Indonesia Depok
- Salemto, *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*, Renika Cipta, Jakarta, 2013, H.170
- Saputro, Anip Dwi „*Implelemtasi Manajemen Mutu Terpadu Di Sekolah/Madrasah*” ALIDARAH:Jurnal Kependidikan Islam 5.2 (2015).
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*), h.137
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2014), h.74.
- Syah, *Strategi Belajar Mengajar*, Renika Cipta, Jakarta, 2007, hlm. 68
- Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, PT Raja Grafindo Persada, Jakarta, 2007 hlm. 28-30.
- Tohirin. *Bimbingan dan Konseiling di Sekolah dan Madrasah*, PT Raja Grafindo Persada, Jakarta, 2007
- Trianto Safaria. *Terapi Kognitif Perilaku Untuk Anak*, Yogyakarta: Graha ilmu, 2007
- Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional (SIKDIKNAS) UU No. 20 Tahun 2003, Yogyakarta: Dharma Bakti, 2005
- Wardayati dan Muhammad. J, *Implementasi Bimbingan dan Konseling Di Sekolah*, Prestasi Pustaka, Jakarta, 2011, hlm. 23
- Wayan Nurkanvan, *Pemahaman Individu*, (Surabaya: Uaha Nasional, 1990), h.61.